



# 働きたい・自分の可能性を見つけたい！ いちサポ通信

就職についての「お悩み」や、「ご相談」などお待ちしております

厚生労働省地域若者サポートステーション事業  
**サポステ**  
地域若者サポートステーション  
電話番号：0191-48-4467

発行：いちのせき若者サポートステーション  
発行日：令和8年1月1日「いちサポ通信第149号」  
運営：特定非営利活動法人レスパイトハウス・ハンズ  
住所：〒021-0881 岩手県一関市大町4-29なのはなプラザ 4階  
開所時間：9時～17時（受付時間：9時30分～16時）



Instagram

実績  
(R7年度)

## いちのせき若者サポートステーション（12月10日現在）

- 新規登録者数：68名（更新者67名との合計135名）
- 今年度の就職等決定者数：43名（令和7年4月より）
- 12月の就職等決定者数：0名（令和7年12月1日～12月10日）



## 企業見学会（有限会社千葉恵製菓 平泉工場）

報告

- ◆日付：11/27（木） ◆業種：菓子製造
- ◆場所：平泉町 ◆参加者：3名

原材料を菓子製造機械に投入、ホカホカ  
に焼き揚げた商品に小型のコンクリート  
ミキサーのような機械で味付け、計量機  
器で均等に小分けし梱包。ラベルを貼付  
し箱入れ作業で終了。

担当部署では社員の方々が流れるよう  
に作業、そして検査しながら製品を作り  
上げていました。



本社平泉工場

## スポーツウエルネス吹矢

報告

- ◆日付：11/27, 12/4 ◆内容：ストレスマネジメントセミナー
- ◆場所：なのはなプラザ ◆参加者：延べ4名

就職活動に必要なストレスマネジメント。  
吹き矢の体験を通して、メンタルの  
保ち方をはじめとして、姿勢や呼吸の方  
法など、日常生活で生かせるポイントを  
学びました。

日本スポーツウエルネス吹矢協会師範  
の萩田進先生から、基本所作や、正確に  
的に当てるコツを学びました。なるべく  
遠い距離からの的に当てる競技も開催しました。



見学会に参加をしてみて、行き届いた衛生管理と、作業をす  
る機械の動きや精密さにとても驚いたし、すごいなあと思い  
ました。今回参加をしてみてよかったです。



スポーツウエルネス吹矢は前にやったことがありましたが、  
いちサポで初めてやりました。遠い距離からの的に当てる競技  
では新記録「16メートル」が出せたのでよかったです。

## 面接対策セミナー

報告

- ◆日付：12/8（月） ◆内容：面接対策のポイント
- ◆場所：なのはなプラザ ◆参加者：5名



「面接前（準備・対策）～当日～面接  
後」までの流れで、具体的な面接対策  
について学びました。転職やブランク  
への不安を払拭する意識や、日頃から  
生活の中でできる準備や練習、ポジ  
ティブな発想転換による質疑応答の仕  
方について、想定される質問から自分  
なりのシナリオ作成等を行いました。  
質問もあり活発な時間となりました。



過去の転職活動では、面接で失敗したことに対して不安があ  
りました。でも、今日のセミナーに参加をして、面接に対し  
て、前向きさと自信を持つことができました。

## GATB（厚生労働省編 一般職業適性検査）

報告

- ◆日付：11/26, 12/5 ◆内容：7つの適正能の検査
- ◆場所：なのはなプラザ ◆参加者：1名



いちのせき若者サポートステーション  
では、自分にはどのような仕事に向い  
ているかについて知る「自己理解」を目的  
に、適性検査を実施しています。  
能力的側面のうち、基礎的な能力特性  
（今はできなくても学習や訓練によっ  
てできるようになる潜在能力・可能性）に  
視点を当て、どのような職業群に適性が  
あるのかを振り返りました。



今回初めてGATBの検査を受けました。結果を見ながら振り  
返ることで、自分の希望する職業が自分に向いているかどう  
かが分かりました。

告知

## 奥州地域相談

毎月第1・3水曜日にまちなか交流  
館にて、おうしゅうルームを開催して  
います。

午前は軽作業をしながら自己理解を  
深め、社会で必要なコミュニケーション  
能力を身に着けるスキルアップ支援、  
午後は個別相談を行っています。



見学や事業説  
明も承っていま  
すので、詳細は  
下記連絡先まで  
お問い合わせ下  
さい。（電話：  
0191-48-  
4467）

報告

## 大船渡地域相談

就活支援は生  
活改善との関わり  
もあり、お一人  
ずつ変化が見  
られます。

ご本人は変化  
に気付いていな  
いこともありま  
すが、客観的な視  
点で一緒に振り返りをする事で、  
「考え方が前向きになってきている」、  
「生活リズムが整ってきた」など、過  
去からの小さな変化にも気づき、共に  
前向きな気持ちになる機会が生まれて  
います。



## 卒業生の声

いちサポのスタッフの方と定期的に相談できたところが良かっ  
たです。活動を通して自分の得意や苦手を発見できました。

## 一関市就労移行支援事業 ワークブリッジいちのせき

告知

- ◆内容：職場体験就業個別相談随時受付中（15歳～60歳）
- ◆時間：平日の10時～16時 ◆場所：なのはなプラザ4階

なかなか就職できなくて悩んでいる方、転職  
を考えている方、歓迎します！

市内の職場体験受け入れ事業所において、賃  
金をもらいながら短期（1～2週間）の職場体  
験を行い、仕事内容や職場の雰囲気を経験でき  
ます。

一関市内で「短期職場体験就業（雇用型）」  
の受け入れ企業は65社あり、様々な業種で体験  
可能となっています。

問合せ 0191-34-9770（ワークブリッジいちのせき：9:30～16:00）

## 実績（R7年度）

（2025/12/1 現在）

訓練新規受入企業数：12社

訓練実施人数：5人

訓練利用就業者数：3人

お願い

いちサポをご利用の際は、マスクの着用は緩和されますが、  
引き続き、消毒と合わせ、ご協力をお願いいたします。

ご案内

駐車場は「なのはなプラザ駐車場」または、「一関図書館無  
料駐車場」をご利用下さるようお願いいたします。

SNS

いちサポ公式インスタグラムは紙面右上のQRコードからアクセスが可能です。  
支援プログラムのご案内、いちサポ通信の記事などの情報を発信していきます。



# いちサポQ&A



15歳から49歳までの仕事をしていない方を就職するまでサポートします。ご家族からのご相談も受け付けています。

## Q いちサポはどんな人が対象なの？

### ① 働くことが初めてで不安を感じている方

- ・ 中学校卒業時進学せず就職を希望する生徒
- ・ 中学・高校・専修学校等に在学する進路が未決定の生徒（卒業・修了年度の1月から登録が可能です）
- ・ 通信制及び定時制高校に在学し、働くことを希望する生徒
- ・ 高校を中途退学し、就職を希望する生徒
- ・ 家から出ることに不安を感じている方

### ② 働いた経験はあるが、ブランクがあり不安な方

### ③ 就職活動を進めているが、思うように就職が決まらない方

### ④ 就職してもうまく定着できず、転職を繰り返している方

## Q いちサポには、どんなプログラムがあるの？

- ・ 商品の仕分けや検品等を行う作業体験活動
- ・ 実際に職場に行っておく様子を見学する企業見学会
- ・ 自己PRや志望動機を整理して行う面接練習
- ・ 履歴書や職務経歴書の作成など応募書類作成
- ・ ビジネスマナー、コミュニケーションなどを習得するセミナー
- ・ そのほか、奥州、大船渡、千厩、大東地域での出張相談



## Q いちサポには、いつ、どこに問い合わせたらいいの？

- ・ 開所時間：9時～17時
- ・ 受付時間：9時30分～16時
- ・ 住所：〒021-0881  
岩手県一関市大町4-29  
なのはなプラザ4階
- ・ 電話番号：0191-48-4467
- ・ ファクス：0191-48-4468



## Q いちサポはどこにあるの？



2025年度

## 支援プログラムの予定

都合により、日時や内容などに変更がある場合があります。

### 1月

7	水	おうしゅうルーム
8	木	GATB   ※振り返りは15日に行います
9	金	自立とはセミナー
14	水	いちサポ出張相談（大東コミュニティセンター）
17	土	サポカフェ
21	水	おうしゅうルーム
22	木	初心者向けPCセミナー
29	木	JSTセミナー

### 2月

3	火	職場体験（一関図書館）   6日（金）まで
4	水	おうしゅうルーム
5	木	レディネステスト
9	月	敬語・電話対応セミナー
12	木	年金セミナー
13	金	就労専門家相談
14	土	ステップアップ相談
18	水	いちサポ出張相談（一関市役所千厩支所） おうしゅうルーム
19	木	ストレスマネジメントセミナー
24	火	こころの相談
26	木	企業説明会（株式会社平山）